14.041 Šišky s džemom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	9,00	9,00	12,00	12,00	14,00	14,00	16,00	16,00
cukor do cesta	0,45	0,45	0,55	0,55	0,65	0,65	0,75	0,75
múka na dosku	0,60	0,60	0,70	0,70	0,80	0,80	0,90	0,90
soľ	0,03	0,03	0,05	0,05	0,07	0,07	0,07	0,07
mlieko	6,00	6,00	8,00	8,00	9,50	9,50	10,50	10,50
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
vajcia	16	0,80	20	1,00	25	1,25	30	1,50
tuk do cesta	0,40	0,40	0,55	0,55	0,70	0,70	0,80	0,80
džem	2,00	2,00	2,50	2,50	3,50	3,50	4,50	4,50
olej	4,00	4,00	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00
cukor práškový	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
cukor vanilkový	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
hmotnosť porcie v g	160		220		260		300	

Receptúra

Výrobný postup

Z časti mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások. Múku preosejeme, pridáme cukor, soľ, rozpustený tuk, žĺtka a vykysnutý kvások. So zvyšným vlažným mliekom vypracujeme vláčne cesto. Necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozvaľkáme a vykrajujeme z neho kolieska. Vykysnuté vyprážame v horúcom oleji. Tesne pred podávaním pridáme džem, posypeme práškovým a vanilkovým cukrom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	3174	779	11,8	36,1	20,8	95,1	2,2	70,1	1,7	0,035	0,1	0,1	1,1	0,7
B	3627	907	15,7	43,4	24,8	125,1	3,1	101,4	2,1	0,045	0,1	0,2	1,4	0,9
C	465	111	16,4	55,5	31,9	149,	3,8	119,	2,5	0,05	0,1	0,2	1,9	1,1

	1	8	0			9		2		7				
D	4866	1216	21,30	67,2	38,6	175,1	4,4	143,3	2,8	0,070	0,1	0,2	2,3	1,3